

11月2日(日)はりんご湯
所 浴場組合3浴場
詳 環境生活課
TEL (32) 6333

保健所の相談・検査(11月) 所 苫小牧保健所 TEL (34) 4168

名称	とき	内容	申し込み
医療相談	随時	医療に関する相談や苦情	随時受付
女性の健康相談	【定例相談(要予約)】 第1木曜日 (第1木曜日が休日の場合は第2木曜日) 【相談】随時	妊娠、出産、子育てや思春期、更年期などの心身の健康相談	予約必須 (電話で)
こころの健康相談	【定例相談(要予約)】 月1回(精神科医師) 【相談】随時	こころの病気などに関する相談	
肝炎ウイルス検査	月2回	感染が疑われる方は無料	
骨髄バンク登録	予約時に確認	採血を実施し登録 18~54歳	
HTLV-1抗体検査		採血を実施し、約20日後に結果をお知らせ	
HIV検査(エイズ相談)	月2回	検査(採血)後、約60分で検査結果をお知らせ	予約は TEL (35) 7474



11月の献血

9日(日)	9:00 ~ 13:00 14:30 ~ 16:30	MEGA ドン・キホーテ苫小牧店
14日(金)	9:30 ~ 12:00 13:30 ~ 16:30	スーパーアークス光洋店 札幌札幌デンタル・ラボラトリー 苫小牧営業所
18日(火)	10:00 ~ 13:00 14:30 ~ 16:30	イオンモール苫小牧
21日(金)	9:30 ~ 12:45 14:30 ~ 16:30	マックスバリュ新花園店 道央佐藤病院
24日(日)	10:00 ~ 13:00 14:30 ~ 16:30	イオンモール苫小牧
26日(火)	9:30 ~ 11:15 12:45 ~ 16:30	苫小牧工業高等専門学校
27日(水)	9:30 ~ 12:00	苫小牧地区自動車整備協同組合

※日時などが変更となる場合がありますので、最新情報は北海道赤十字血液センター HP でご確認ください
※受付での混雑を防ぐため、献血 Web 会員サービス「ラブラッド」へ会員登録のうえ、献血の事前予約を推奨しています

問い合わせ先
北海道赤十字血液センター苫小牧出張所
TEL (61) 1715



今月の健康 NEWS

がん患者交流会「花しょうぶの会」

日 11月6日(木) 13時30分~15時
所 市立病院 2階講堂
対 がん患者とその家族
内 がん治療中のお口のケア
申 詳 前日までに電話で 市立病院患者サポートセンター TEL (33) 3131



がん患者交流サロン

日 11月11日(火) 13時30分~15時
対 がん患者とその家族
内 がん疼痛治療と医療用麻薬
所 申 詳 王子総合病院がん相談支援センター
TEL (32) 8111
担当課 健康支援課

ゲートキーパー養成講座(市民・企業基礎編)

日 11月13日(木) 14時~15時30分
所 市民活動センター 3階会議室2
対 市内在住・在勤で初受講の方
定 会場=30人、オンライン=50
アカウント 申し込み順
申 詳 11月10日(月)までに二次元コードで 健康支援課 TEL (32) 6410



こころの相談日

気持ちが落ち込むなどこころの不調を感じていませんか。一人で抱え込まず、ぜひご相談ください
日 ①11月5日(水) ②12月3日(水) いずれも9時~16時
対 こころの悩みや女性特有の健康の悩みを抱えるご本人やご家族
所 申 詳 ②12月1日(月)までに電話で 健康支援課
TEL (32) 6410 ※相談日以外も随時ご相談に応じます

東胆振精神保健大会

日 11月8日(土) 13時30分~15時30分
所 市民会館 小ホール
表彰 精神保健事業功績者感謝状贈呈、「心のアート展2025」受賞者表彰式
演題 「心の健康を支える睡眠の力」
講師 特定医療法人社団慶愛会 札幌花園病院 睡眠医療センター長 本間 さと氏
詳 東胆振精神保健協会事務局(苫小牧保健所内)
TEL (77) 9935
担当課 健康支援課